



www.InfoNaturel.ca
www.GreenAds.Co

Encore cette année, InfoNaturel vous offre le guide d'achat des produits naturels. En plus d'y découvrir les produits les plus populaires du marché, une explication a été ajoutée.

Suivez nous sur Facebook : www.facebook.com/InfoNaturel.ca

Copyright InfoNaturel © 2011 – Autorisé*

Avis de désengagement de responsabilité (voir les conditions à la fin du document)

La sélection d'un bon produit de santé naturel n'a pas toujours été une mince tâche. Maintenant, de nouvelles normes s'imposent grâce à des organismes comme Santé Canada qui s'est donné ce mandat. Un bon produit de santé naturel devrait provenir d'une compagnie qui possède sa licence de Santé Canada.

Posez les questions suivantes avant d'acheter un produit naturel :

Le fabricant du produit de santé naturel possède-t-il un service à la clientèle qui vous permet de vérifier cette information, de vous renseigner sur son respect des Bonnes Pratiques de Fabrication (BPF) et sur ses certifications (ISO par exemple)?

Le produit a-t-il un numéro de produit de santé naturel (NPN)? Dans le cas contraire cela ne veut pas dire qu'il n'est pas bon ou inefficace, mais la compagnie qui le fabrique n'a pas pu soumettre à Santé Canada deux études cliniques conformes ou est en attente de recevoir son NPN. Vous pouvez toujours visiter le site du gouvernement pour consulter la base de données des

produits de santé naturels homologués ou suivez ce lien : www.InfoNaturel.ca – Accueil

L'étiquette d'un bon produit de santé naturel devrait toujours fournir les indications, la posologie, les mises en garde et les contre-indications. La liste de tous les ingrédients actifs et non médicinaux contenus dans le produit doit apparaître sur l'étiquette qui devrait également stipuler la présence ou l'absence des principaux allergènes dans son produit (produits laitiers, blé...).

Demandez la source des matières premières qui ont servi à la fabrication. Certains pays ont des normes beaucoup plus élevées que d'autres.

Recherchez des produits normalisés « standardisé »; cela va vous garantir par exemple qu'un extrait normalisé est un procédé qui garantit qu'une capsule de plante(s) renferme une teneur minimum de l'un ou l'autre de ses constituants.

Recherchez de nouvelles formules; les recherches ont évolué et certaines compagnies n'ont pas suivi.

Évidemment, le produit devrait également être scellé adéquatement.

Un petit truc... Avant d'acheter un produit de santé naturel, comparez le produit avec deux ou trois produits équivalents de ses concurrents et questionnez le détaillant et, si nécessaire, le fabricant sur l'étiquetage, le contenant (qui doit généralement protéger le produit de la lumière), etc.

Cette démarche sera peut-être un peu ardue au début, mais elle vous permettra rapidement d'identifier quelques bons fabricants à qui vous pourrez par la suite faire confiance. Bonne sélection!

Consultez toujours un professionnel de la santé ou votre thérapeute avant l'utilisation d'un produit et surtout lorsque vous prenez des médicaments.

Nous avons établi pour vous la liste des produits les plus en demande :

Benfothiamine : Offert par l'entreprise AOR

Cette forme de vitamine B1 s'est montrée jusqu'à 5 fois plus assimilable que la forme régulière de thiamine. La benfothiamine est particulièrement efficace pour réduire le vieillissement précoce du système nerveux périphérique et ce, plus spécialement chez le diabétique. Celle-ci permet ainsi de réduire de 50% les douleurs vives associées aux neuropathies du diabétique. En protégeant les cellules contre la glycation des protéines, la benfothiamine freine le vieillissement observable par l'apparition de taches brunes sur la peau, dans les organes et dans le tissu nerveux. Ainsi, la benfothiamine contribue également à protéger le système circulatoire, la rétine et les reins du diabétique ou de la personne vieillissante. Le diabétique est en fait victime d'un vieillissement accéléré de ses tissus, à cause de l'accumulation des protéines glyquées dans ses tissus. Ces mêmes protéines s'accumulent avec le vieillissement et nos mauvaises habitudes de vie. La consommation d'aliments cuits à feu vif, la consommation excessive de sucre raffiné et le tabagisme... contribuent à accélérer ce processus. La benfothiamine ouvre une voie métabolique essentielle à l'élimination des substances responsables de la formation des protéines glyquées. La posologie est de l'ordre de 80 à 160 mg deux fois par jour. Bon nombre de névrites et de névralgies (dont la célèbre sciatique et la névralgie cervico-brachiale) se sont montrées soulagées par la prise de benfothiamine, selon mon expérience clinique. Et ce, même chez des malades ne présentant pas de diabète au départ.

Strontium : Offert par l'entreprise AOR

Le citrate de strontium est un oligo-élément qui permet de rehausser l'efficacité des recommandations naturelles en matière de santé osseuse. Ce minéral présent à petite dose (oligo-élément) dans l'organisme, permet de stimuler l'activité des ostéoblastes au niveau osseux (cellules productrices d'os). Le strontium permet également de réduire l'activité des ostéoclastes (cellules contribuant à réduire le contenu minéral de l'os). Cette révolution de la façon de se supplémenter de façon naturelle permet donc de construire du nouveau tissu osseux. Avec le calcium et la vitamine D, on arrivait à réduire la perte, sans pour autant stimuler l'activité des cellules productrices d'os. Ainsi, le strontium ne se limite pas à favoriser le dépôt du calcium sur l'os, mais il favorise également la synthèse de nouveau collagène (protéine osseuse). Le collagène osseux pourrait se comparer à la structure métallique de base du béton armé sur laquelle le ciment (comparable au calcium) se fixe pour donner forme à l'édifice osseux. Après six

mois d'utilisation du strontium, on note une augmentation de l'activité des cellules formatrices d'os de 172%...

La posologie de base est de l'ordre de 1 à 2 capsules par jour, à prendre à distance des repas et des suppléments de calcium (2 heures ou plus).

Inositol poudre : Offert per l'entreprise AOR

Voici l'une des nouveautés les plus intéressantes en matière de gestion naturelle des états anxieux et/ou dépressifs. L'inositol est une molécule membre du groupe des vitamines B. Le fait d'obtenir celle-ci sous forme de poudre permet de l'utiliser de façon régulière à une dose thérapeutique suffisante, efficace et abordable au niveau du coût du traitement. Des études réalisées sur l'inositol démontrent que celle-ci permet de réduire le niveau de dépression de 20,5%, sur une période de 4 semaines seulement (échelle d'évaluation de Hamilton). L'inositol s'est également démontrée capable de réduire significativement la boulimie et certains autres comportements compulsifs. Lors d'angoisse, d'anxiété, de désordres obsessionnels compulsifs ou de maladie bipolaire, l'ajout de l'inositol à l'arsenal médical habituel (médicaments adaptés à ces conditions). Dans ces cas, il est cependant souhaitable que la prise du supplément et des médicaments simultanée soit encadrée par un(e) professionnel(le) de la santé. La posologie de base est de l'ordre de 1/2 à 1 c. à soupe, une à deux fois par jour. Les personnes consommant des suppléments en minéraux pourraient avoir à discuter du besoin d'ajuster la dose de ceux-ci avec leur professionnel de la santé. Les personnes utilisant de l'inositol plus de quelques mois devraient parallèlement utiliser une vitamine comportant l'ensemble du complexe des vitamines B, car l'inositol utilisée à forte dose de façon prolongée contribue à augmenter le besoin des autres vitamines B.

Vitamine K2 : Offert per l'entreprise AOR

Voici ce qu'il faut pour tenir le calcium à sa place... La ménakinone (vitamine K2) est à même de réduire la perte de calcium osseux tout en réduisant les dépôts de calcium pathologiques dans les vaisseaux sanguins ou les articulations. Des travaux démontrent en effet que les dépôts de calcium dans les artères (calcifications des artères) sont nettement réduits dans leurs fréquences grâce à l'utilisation de vitamine K2 parallèlement à celle du calcium, dans le traitement naturel de l'ostéoporose. La pression sanguine et la circulation peuvent par conséquent bénéficier grandement d'une supplémentation en vitamine K2. La vitamine K2 est essentielle à la synthèse d'ostéocalcine, une protéine essentielle elle-même à la densification des os. Sans structure de protéine adéquate, l'os ne peut pas accueillir le calcium qui doit s'y déposer pour y rester fixé. La posologie de base est de l'ordre de 120 mg par jour. Les

personnes consommant des anticoagulants devraient consulter un(e) professionnel (le) de la santé avant d'utiliser la vitamine K2.

Ribogen (D-ribose) poudre : Offert per l'entreprise AOR

Le D-Ribose est une molécule naturelle riche en carbone. C'est un précurseur important de l'ATP qui est elle-même au cœur de la production d'énergie par nos cellules. Des études réalisées chez les cardiaques ont démontré que le D-ribose permettait d'améliorer la qualité de vie et de réduire significativement la fatigue éprouvée, parfois au moindre effort, chez ces derniers. Lors de fibromyalgie et/ou fatigue chronique, l'utilisation de D-ribose permet d'améliorer les paramètres suivants dans une proportion de 66% des cas : énergie, sommeil, clarté d'esprit, diminution de l'intensité de la douleur et augmentation du bien-être. Le niveau moyen d'énergie était perçu comme augmenté de 45% en moyenne, par les malades. La posologie de base est de l'ordre de 1 à 2 c. à thé, deux fois par jour.

PGX daily : Offert par l'entreprise Natural Factor

Un mélange de fibre soluble résultant de plus de 10 années de recherche universitaire canadienne. Le PGX permet de freiner la vitesse d'absorption des sucres et des gras contenus dans un repas. Ainsi, la sécrétion d'insuline devient graduellement plus équilibrée et la tendance à transformer rapidement les sucres en graisses après les repas diminue. La perte de poids est régulière et les fringales diminuent. Le syndrome métabolique ou le diabète de type deux sont également freinés dans leur évolution. Posologie de l'ordre de deux à six capsules avant les repas, avec un grand verre d'eau.

Wellmune WGP : Offert par l'entreprise Sisu

Polysaccharide (sucre complexe) isolé à partir de la levure. Le WGP permet d'aiguiller notre système immunitaire afin de rehausser son niveau d'efficacité en période de fatigue, d'épidémie, de stress ou autres conditions augmentant notre niveau de réceptivité à l'infection. Le WGP permet une activation efficace des globules blancs responsables de l'élimination des microbes auxquels nous sommes confrontés. Le produit est offert dans des formules comprenant également de la vitamine C (lutte contre l'infection) ou de la racine de Rhodiola (une plante adaptogène qui permet de rehausser les capacités d'adaptation de l'organisme en période de stress).

Graine de Chia : Offert par l'entreprise Salba

Les graines de cette Lamiacée qui est cultivée en Amérique centrale et en Amérique du Sud est particulièrement riche en fibres, en acides gras Oméga-3, en calcium, fer et vitamine C. Au contact de l'eau, la graine forme un mucilage (liquide visqueux) utile à la prévention de la constipation, à la réduction des inflammations intestinales et à la réduction des problèmes du diabète et de l'hypercholestérolémie. Cet aliment est donc tout indiqué dans notre combat quotidien contre le syndrome métabolique, l'inflammation silencieuse et les problèmes cardiovasculaires. La graine de Chia offrira son meilleur rendement si elle est consommée avec une grande quantité d'eau.

Hoodia : Offert par l'entreprise Flora

Cette plante Africaine permet de lutter efficacement contre la faim et les fringales. Des travaux ont démontré que le Hoodia permettait de transmettre le message de satiété au cerveau d'une façon beaucoup plus efficace que le sucre. Les indigènes de l'Afrique consomment traditionnellement cette plante afin de couper leur appétit durant les longs voyages ou les périodes de chasse plus difficiles. Le Hoodia est maintenant disponible pour les personnes devant suivre un régime, afin d'aider celles-ci à mieux supporter la restriction calorique et à éviter les fringales. Posologie de l'ordre de 1 capsule deux à trois fois par jour, 30 minutes avant de manger.

Melissa : Offert par l'entreprise New Nordic

Ce mélange de plantes et substances naturelles permet de lutter efficacement contre le stress, l'anxiété et l'insomnie. La mélisse est une plante efficace afin de lutter contre l'anxiété, l'insomnie et les problèmes digestifs parfois responsables d'insomnie. La L-théanine contenue dans le mélange est une substance naturellement présente dans le thé vert. Celle-ci permet de renforcer la production naturelle de GABA au cerveau. Le GABA est l'un des principaux messagers du cerveau associé à la réduction de l'anxiété. La formule contient également du magnésium, un anxiolytique naturel de premier ordre qui permet également de lutter efficacement contre l'insomnie et les tensions nerveuses ou musculaires. Posologie de l'ordre de 2 à 3 capsules au coucher.

Neurozyme : Offert par l'entreprise New Chapter

Ce mélange de substances naturelles permet d'améliorer la mémoire et la concentration, tout en freinant le vieillissement du cerveau. Sa concentration en molécules naturelles anti-oxydantes, lui permet d'améliorer la circulation sanguine dans le cerveau et d'y freiner la production des radicaux-libres associés à la présence de plaques de substance bêta amyloïde (observée lors d'Alzheimer ou autres maladies dégénérative du cerveau). La présence d'acides gras Oméga-3 permet également de nourrir les cellules nerveuses (neurones) de façon adéquate. Le Gotu Kola et le Ginkgo biloba renforcent l'action des

Oméga-3 sur l'amélioration de l'oxygénation locale du cerveau. Le Basilic sacré permet de lutter contre le stress chronique qui est l'une des causes de vieillissement accéléré du cerveau. Le bacopa, l'huperzine, le gingembre, les polyphénols et le romarin luttent efficacement contre la production excessive de radicaux-libres ou d'inflammation silencieuse dans le cerveau. L'inflammation silencieuse à été identifiée comme un facteur important de vieillissement et de déséquilibres du cerveau. Même dans l'hyperactivité avec ou sans déficit de l'attention, on note déjà la présence d'inflammation silencieuse qui pourrait prédisposer ces enfants à des maladies dégénératives du cerveau plus communément durant leur vieillissement.

Neurozyme : Offert par l'entreprise New Chapter

Ce mélange de substances naturelles permet d'améliorer la mémoire et la concentration, tout en freinant le vieillissement du cerveau. Sa concentration en molécules naturelles anti-oxydantes lui permet d'améliorer la circulation sanguine dans le cerveau et d'y freiner la production des radicaux-libres associés à la présence de plaques de substance bêta amyloïde (observée lors d'Alzheimer ou autres maladies dégénératives du cerveau). La présence d'acides gras Oméga-3 permet également de nourrir les cellules nerveuses (neurones) de façon adéquate. Le Gotu Kola et le Ginkgo biloba renforcent l'action des Oméga-3 sur l'amélioration de l'oxygénation locale du cerveau. Le Basilic sacré et l'Ashwaganda permettent de lutter contre le stress chronique, qui est l'une des causes de vieillissement accéléré du cerveau, en y favorisant l'inflammation silencieuse. Le bacopa, l'huperzine, le gingembre, les polyphénols et le romarin luttent efficacement contre la production excessive de radicaux-libres ou d'inflammation silencieuse dans le cerveau. L'inflammation silencieuse à été identifiée comme un facteur important de vieillissement et de déséquilibres du cerveau. Même dans l'hyperactivité avec ou sans déficit de l'attention, on note déjà la présence d'inflammation silencieuse qui pourrait prédisposer ces enfants à des maladies dégénératives du cerveau plus communément durant leur vieillissement.

Adrenasmart : Offert par Lorna Vanderhaeghe

Cette combinaison de plante vise à tonifier les glandes surrénales. Les glandes surrénales nous permettent de résister au stress de la vie moderne, en produisant des hormones d'adaptation. Une fonction surrénalienne adéquate permet de lutter contre la fatigue, l'inflammation, les allergies et la dépression. Les plantes contenues dans la formule forment un bouquet adaptogène qui permet à l'organisme entier de mieux s'adapter au stress. La Rhodiola, le Suma, le Ginseng sibérien, la Schizandra et

l'Ashwagandha contenus dans la formule agissent en synergie afin d'augmenter naturellement notre endurance physique et intellectuelle. Les athlètes sportifs, aussi bien que ceux de l'esprit, apprécieront ce mélange de plantes soigneusement sélectionnées.

Thyrosmart : Offert par Lorna Vanderhaeghe

Voici un ensemble de substances naturelles visant à optimiser la fonction optimale de la thyroïde. Cette glande est capitale au maintien de notre métabolisme de base. Un métabolisme de base suffisant nous permet de lutter efficacement contre l'obésité, la fatigue, la frilosité accrue, la constipation et la dépression. La formule Thyrosence contient de la L-tyrosine, un acide-aminé présent naturellement dans nos aliments. La L-tyrosine permet à la thyroïde de fabriquer ses hormones. Les plantes suivantes sont également présente dans la formule : Ashwagandha, Commiphora mukul. Celles-ci sont traditionnellement utilisées en médecine ayurvédique afin de soutenir le système glandulaire, dont la thyroïde fait partie. L'iode, la vitamine B5, le manganèse et le cuivre également présents dans la formule permettent de favoriser une production hormonale optimale par la thyroïde (conversion de la T4 en T3).

No-Xplode : Offert par l'entreprise BSN

Voici un produit qui vient révolutionner le monde de l'entraînement et de la performance physique, tant au niveau de la musculation que des activités cardiovasculaires. Les ingrédients composant cette formule permettent une récupération musculaire plus rapide durant et après l'effort. Le muscle est stimulé autant dans sa vitesse de contraction que dans son endurance à l'effort. Le phosphate de sodium contenu dans la formule a fait ses preuves dans sa capacité d'optimiser la performance humaine, aussi bien lors d'un sprint de 200 mètres à la course que d'un marathon. La production de déchets associés à la fatigue musculaire (acide lactique) est réduite à chaque niveau d'effort donné, grâce au phosphate de sodium et au bicarbonate de soude contenus dans la formule. Les agents renforçant la production d'oxyde nitrique (L-arginine, L-citruline, Vinpocétine...) permettent d'optimiser la circulation sanguine au niveau des muscles ainsi mieux alimentés en oxygène et en sucre nécessaires à la production d'une performance optimale tant à l'entraînement qu'en compétition. Les électrolytes (minéraux) présents dans la formule contribuent à optimiser la production d'énergie par les cellules musculaires et à en favoriser une récupération plus rapide. Ceux-ci permettent également aux muscles de se contracter plus efficacement pendant l'effort tout en minimisant les risques de crampes musculaires. L'ajout de créatine à la formule favorise une récupération musculaire optimale également.

Maca : Offert par la compagnie Kairos

AVIS : Attention aux alcaloïdes, si on prend trop de maca, il y a une toxicité. Il y a donc une dose maximum à respecter : voir site internet de l'afssa. Il est déconseillé de prendre des gélules de maca pour les personnes souffrant de tension artérielle.

Le Maca (*Lepidium meyenii*) ou Ginseng péruvien est un tubercule ressemblant à une patate. Poussant sur les hauts plateaux de la Cordillère des Andes (3 500 à 4 500 mètres), le Maca arrive à supporter des conditions climatiques extrêmes, sans être affecté dans son développement. Cette plante est un adaptogène utilisé traditionnellement afin de renforcer la capacité à fonctionner en situation de stress. Le Maca est par conséquent utilisé pour augmenter la vigueur et réduire la dépression et l'anxiété. Son usage traditionnel, comme tonique sexuel chez l'animal et l'humain, tend à être soutenu par des travaux. La performance sexuelle, le désir sexuel et la fertilité semblent s'améliorer lors de consommation régulière de Maca. Les dysfonctions sexuelles semblent également s'atténuer. On retrouve le Maca sous forme de poudre séchée. On suivra les recommandations du fabricant. La consommation sous forme de poudre séchée s'apparente plus à l'usage traditionnel qui nécessite une consommation de plusieurs grammes par jour pour en obtenir tous les bienfaits (difficile à atteindre avec les capsules).

Co Q10 Ubiquinol (forme réduite de la coenzyme Q10, provenant de la levure) : Offert par l'entreprise Flora

Forme optimisée de la Coenzyme Q10 qui permet l'obtention de résultats optimaux en matière de protection de la fonction musculaire et nerveuse. Les nombreux travaux réalisés sur la coenzyme Q10 dévoilent sa grande polyvalence d'action : optimisation de la récupération musculaire après un effort soutenu; protection du cœur; réduction de l'évolution de maladies dégénératives (cancer du sein, Parkinson...); amélioration des symptômes associés à l'insuffisance cardiaque (œdème, essoufflement, insomnie, étourdissement, fatigue, palpitation...). Des travaux récents tendent à en étendre les indications possibles.

Basilic sacré (*Ocimum sanctum*) : Offert par l'entreprise NewChapter

Le basilic sacré constitue une aide naturelle pour les gens victimes de stress chronique. Cette plante utilisée traditionnellement par la médecine ayurvédique permet de réduire la production de certaines hormones du stress chronique, associées elles-mêmes à des déséquilibres physiques ou psychiques. Le Basilic sacré permet ainsi d'améliorer l'humeur, de calmer l'anxiété, d'améliorer le sommeil et de réduire les effets négatifs du

stress sur les maladies inflammatoires chroniques ou la chute d'activité du système immunitaire, qui nous protège alors moins adéquatement contre les infections. Posologie de deux à quatre capsules par jour.

Nevralmed par Altera : Offert par l'entreprise Herbasanté

Ce mélange de thiamine (vitamine B1), de vitamines B12, B6 et millepertuis, à des dosages optimaux, permet de cibler une entité clinique trop souvent négligée en naturopathie. Les névralgies (douleurs sur des parcours nerveux) peuvent être multiples : sciatique, visage, dents, cervicobrachiales (de la nuque vers les doigts)... Ces douleurs mal localisées et diffuses comportent leur lot de souffrances et peuvent être très invalidantes. Les phénomènes de neuropathie associés au diabète seront également bien ciblés par ce nouveau produit appelé à un grand succès. Enfin un produit naturel élaboré pour la douleur d'origine neurologique. Posologie de l'ordre de 1 à 2 capsules, deux fois par jour.

Nattokinase : Offert par l'entreprise Flora

Enfin un produit enzymatique destiné à améliorer la circulation sanguine, qui peut être consommé avec les repas. La nattokinase est une enzyme présente naturellement dans certains aliments asiatiques fermentés. Celle-ci permet d'améliorer la circulation sanguine et de réduire naturellement les risques de thrombose ou caillots au niveau des vaisseaux sanguins. Les risques de crise de cœur, d'AVC ou d'infarctus des autres organes internes s'en trouvent donc réduits. La Nattokinase se consomme au rythme de deux capsules par jour aux repas.

Allernon : Offert par l'entreprise Flora

Déjà bien connue pour son usage dans le traitement naturel de la migraine, la racine de Pétasite se démontre également efficace pour soulager les allergies saisonnières. Le produit Allernon de Flora fournit un extrait de racine de Pétasite de la plus grande qualité qui saura prendre soin des migraines et des allergies saisonnières en contribuant à régulariser la production d'histamine, associée elle-même aux allergies.

Piptoporus betulini Altera : Offert par l'entreprise Herbasanté

Ce champignon naturel du bouleau permet de cibler les tumeurs de la peau (bénignes et malignes). Même lors de mélanomes, l'usage de *piptoporus betulini*, en plus des traitements médicaux conventionnels de la médecine, est tout indiqué. Lors de cancer

du sein, de l'estomac ou du pancréas, il pourra être utilisé afin de réduire les risques de récurrence ou de métastases. Lors de problèmes rhumatologiques, il arrive à réduire les douleurs articulaires. Le Piptoporus bétulini est également un puissant anti-viral et anti-parasitaire, utile lors de dysplasie du col utérin. Lors de fibrome ou de lipome, son usage oral pourra être complété par une utilisation locale. Posologie de l'ordre 5 à 20 gouttes matin et soir. Dilué à 5% avec de l'eau, on peut également en appliquer localement.

Ozovit : Offert par l'entreprise Pascoe

Voici un produit original offert par le fabricant Pascoe (bien connu dans le monde de l'homéopathie). Cette formule à base de peroxyde de magnésium convient parfaitement pour le traitement occasionnel et circonstanciel de la constipation. La forme de magnésium utilisée (peroxyde) permet de lutter efficacement contre les déséquilibres de la flore intestinale, en éliminant bon nombre de pathogènes. Un traitement avec des probiotiques de qualité (voir guide de 2009) permettra d'augmenter le nombre de bactéries aimables colonisant l'intestin, par la suite...

PH balance : Offert par l'entreprise Pascoe

Voici une formule originale à base de sels minéraux alcalinisant qui ont le mérite de lutter contre l'acidose métabolique à plusieurs niveaux. Les bicarbonates de soude et phosphates naturels présents dans la formule permettent de lutter efficacement contre l'accumulation de l'acide lactique responsable des douleurs musculaires occasionnelles (suite d'efforts), ou chroniques (fibromyalgie, rhumatisme...). Les sels minéraux alcalinisants permettent également de réduire la précipitation de l'acide urique ou oxalique sous forme de cristaux irritants pour les tissus. Les victimes de maladies inflammatoires chroniques (arthrite, arthrose, artérite, athérosclérose...) pourront ainsi réduire une source importante d'intoxication, responsable du développement et de la progression de leur maladie.

Miviton : Offert par l'entreprise Holizen

Voici une formule liquide qui n'a rien d'une nouveauté, mais qu'on ne peut pas passer sous silence dans un guide d'achat. Le Miviton + est un assemblage de foie et de laitance de poisson auquel on ajoute des extraits de Ginseng et gelée royale. C'est un produit qui cerne le symptôme de la fatigue sous plusieurs angles à la fois. Voilà pourquoi le produit est si populaire depuis plus de deux décennies. La laitance de poisson permet de renforcer le tonus du système nerveux en rendant les gens plus efficaces au travail ou dans leurs études. La laitance est également un tonique efficace

pour moduler (équilibrer) le système immunitaire et ainsi venir en aide aux fatigues prenant leur origine dans une inflammation chronique ou dans une réceptivité accrue aux infections. L'extrait de foie tonifie efficacement le globule rouge et permet ainsi à ces cellules importantes de mieux transporter l'oxygène essentiel à la production d'énergie dans tout l'organisme. Sans oxygène, les cellules ne peuvent pas produire un niveau d'énergie compatible avec la vie. Les ingrédients présents dans la formule permettent également de tonifier les glandes surrénales qui sont responsables de nous permettre de bien nous adapter aux stress de la vie moderne. La formule permet également de tonifier le foie, qui demeure un organe important pour l'entreposage de notre énergie de réserve sous forme de glycogène.

NasalEze

Voici un produit destiné à être pulvérisé dans les fosses nasales pour permettre de réduire les rhinites allergiques de façon efficace et sécuritaire. L'ingrédient actif du produit n'est même pas absorbé par l'organisme. C'est une simple cellulose (fibre) végétale qui enrobe la muqueuse respiratoire localement, afin de protéger le contact de celle-ci avec les allergènes irritants, pour les heures qui suivent son utilisation. Les allergènes sont ainsi incapables de provoquer l'inflammation locale responsable des symptômes de rhinite allergique (larmolement, éternuement, écoulement nasal, picotements)...

Master Detox : Offert par l'entreprise NUcell

Concentré naturel d'acide humique et fulvique naturellement présents dans le sol et plus particulièrement dans les milieux humides, où ils contribuent à la filtration naturelle de l'eau. L'apport naturel de ces substances dans l'organisme humain est garant d'une détoxification optimale. Même les métaux lourds seront éliminés plus efficacement de l'organisme par la consommation des acides humique et fulvique.

Flavin7 : Offert par la compagnie Nobilis nutrition

Ce concentré puissant de bioflavonoïdes naturels, est un allié de premier ordre dans la lutte contre les maladies inflammatoires chroniques. Les bioflavonoïdes permettent de protéger naturellement les capillaires sanguins (petits vaisseaux), en rendant ceux-ci plus résistants. Ils permettent ainsi de venir en aide aux pathologies associées à la fragilité capillaire (hémorragies cérébrales spontanées, dégénérescence de la rétine, problèmes des reins ou de la peau associés au diabète, neuropathie associée au diabète, vieillissement cérébral...). Les bioflavonoïdes permettent également d'optimiser le contrôle naturel du développement des vaisseaux sanguins. Ils permettent ainsi de régulariser l'angiogenèse. L'angiogenèse est un mécanisme par lequel les vaisseaux

sanguins sont victimes d'une prolifération exagérée qui permet aux tumeurs de croître et de métastaser plus facilement lors de cancer. Il n'est donc pas surprenant que la société du cancer de Bulgarie recommande l'usage de ce produit dans la lutte contre ce terrible fléau. L'intérêt à l'utilisation régulière des bioflavonoïdes ne s'arrête pas là. Les bioflavonoïdes comptent parmi les antioxydants les plus puissants et polyvalents de l'organisme. Les bioflavonoïdes permettent donc de stabiliser la production exagérée des radicaux-libres lors de phénomènes inflammatoires chroniques variés. Ils contribuent ainsi à réduire la propagation de l'inflammation dans des maladies chroniques variées (allergies, arthrite, athérosclérose...).

Vitamine D3 : Offert par la compagnie Natual Factors

En voici une qui coûte quelques dollars et qui n'a pas terminé de faire jaser. On reconnaît son utilité dans le traitement naturel de l'ostéoporose depuis longtemps. Il y a plus de dix ans, on explorait déjà sa capacité à stabiliser l'angiogenèse. L'angiogenèse est un mécanisme associé aux maladies inflammatoires chroniques (cancer, maladies auto-immunes...). Ce processus est associé à une prolifération anormale de vaisseaux sanguins, à une inflammation accrue et à une tendance des tumeurs à métastaser à distance. Plusieurs autres mécanismes d'action de la vitamine D3 sont également à l'étude. Il ne faut, par conséquent, pas s'étonner de voir son usage s'étendre dans un nombre croissant de pathologies, où l'inflammation chronique et l'angiogenèse jouent un rôle (cancer variés, arthrite, sclérose en plaques, diabète...). On croit qu'en favorisant un métabolisme plus adéquat des minéraux, la vitamine D3 pourrait permettre de réduire les précipitation de calcium pathologiques (dépôts anormaux de calcium) associées à l'inflammation chronique. On connaît bien ce mécanisme par lequel l'inflammation chronique, initie une calcification anormale des cellules présente dans les seins, les artères, les organes enflammés, les tendons... lors de pathologies inflammatoires variées. Ces calcifications pathologiques ne sont jamais un bon présage. Elles indiquent souvent une progression des phénomènes inflammatoires vers une cancérisation ou une sclérose (perte de fonction) des tissus touchés. L'utilisation de vitamine D3 devrait, pour ces raisons, continuer à se répandre chez ces malades.

Intestine : offert par l'entreprise Renew Life

Ce produit combine un acide aminé (la L-glutamine), à un ensemble de plantes utiles (orme rouge, calendula, camomille...). Voici un produit qui cible efficacement et de façon sécuritaire, les problèmes d'inflammation du tube digestif, dans leur ensemble. La prise de ce produit permet de cibler les gastrites, ulcères, colites, maladies de Crohn et colon irritable. En plus de littéralement nourrir la muqueuse digestive endommagée et dans favoriser sa régénération optimale (grâce à la L-glutamine), le produit permet de

favoriser un meilleur équilibre bactérien, au niveau de l'estomac et des intestins (grâce aux plantes et probiotiques contenues dans la formules).

InfoNaturel.ca FIER SUPPORTEUR DE KIVA

InfoNaturel.ca est sensible à la philosophie de Kiva et fier de supporter cette organisation internationale dont le principal objectif est de lutter contre la pauvreté. Depuis 2005, le succès remporté par Kiva dépasse toutes les frontières.

FAVORISER L'AUTONOMIE FINANCIÈRE

Pour combattre efficacement la pauvreté, la mission de Kiva est de favoriser l'autonomie financière. Sans but lucratif, Kiva offre à des entrepreneurs de pays pauvres, la chance de démarrer leur entreprise, de changer leur vie et celle de leurs proches. Depuis que M. Muhammad Yunus, fondateur de la première banque de ce genre au Bangladesh, a reçu le prix Nobel de la paix en 2006, ce concept de microcrédit gagne de nombreux adeptes partout à travers le monde. Et ça marche ! peut-on lire dans la revue Clin d'œil du mois d'août 2008.

« Depuis trois ans, plus de 290,000 personnes ont déjà investi près de 31,000,000\$ dans ces projets, portés au trois quarts par des femmes. Et, ils ont été remboursés à 99,73%. » www.kiva.org

FAVORISER L'AUTONOMIE EN MATIÈRE DE SANTÉ

En ce qui concerne la santé, InfoNaturel.ca s'est donné comme mission de vous offrir un portail fiable et pratique pour vous renseigner sur les médecines alternatives et complémentaires. Pour « vivre en harmonie avec la nature », InfoNaturel.ca se veut la référence, l'accès à une information qui répond à vos questions.

Dans notre société, le plus gros handicap de la médecine conventionnelle, c'est qu'elle engendre beaucoup de dépendance aux médicaments. Cette médecine ne favorise pas l'autonomie. Vous n'apprenez pas à vous prendre en main. Pour protéger et améliorer votre santé, on ne vous enseigne pas à changer les habitudes de vie qui vous sont néfastes.

SANS EFFORT, RIEN N'EST ACQUIS !

En « aidant ceux qui veulent s'aider », Kiva contribue au développement de la santé financière d'entrepreneurs de pays pauvres. Tous les jours, ces nouveaux entrepreneurs orientent leurs efforts pour améliorer leur condition de vie.

En « renseignant ceux qui veulent tout savoir sur la santé au naturel », InfoNaturel.ca contribue au développement de la santé humaine. Tous les jours, à l'image des entrepreneurs de Kiva, vous pouvez améliorer votre santé si vous faites de meilleurs choix alimentaires et vous efforcez d'intégrer au moins 30 minutes d'exercices physiques à votre routine quotidienne.

Jouir d'une bonne santé et surtout, vieillir sans maladie... n'est-ce pas ce que vous souhaitez ? Ne laissez pas la fatigue, le poids des années, ni la maladie s'installer en inconfort permanent. Restez branché à InfoNaturel.ca, votre portail sur la santé au naturel, pour apprendre à intégrer de saines habitudes dans votre vie. Mieux informé, vous garderez votre motivation et pourrez ainsi passer à l'action ! parce que, voyez-vous, « la réussite aime l'effort ».

Pour en savoir d'avantage : Visitez www.infonaturel.ca/Menus/APropos

Remerciement à M. Mario Chaput ND.A

Mario Chaput pratique en naturopathie depuis 1995. Auteur de cinq volumes publiés chez Quebecor, Mario Chaput est également consultant en développement de produits et enseignant à l'I.R.R.S.N .

NB : Les tests naturopathiques proposés ne remplacent pas la nécessité des évaluations médicales de première intention.

Pour plus de renseignement à propos de ce document contactez InfoNaturel en complétant le formulaire en suivant ce lien internet :

<http://www.infonaturel.ca/Menus/rejoindre.aspx>

Références et politiques : www.InfoNaturel.ca

Copyright © 2011 – Autorisé sous conditions

Vous pouvez imprimer, distribuer, copier ce guide à condition de ne pas le modifier et d'inscrire la source www.InfoNaturel.ca version 2011- 01.02a

InfoNaturel.ca, une division de Viesun inc, Canada, en collaboration avec ses partenaires.

Avis de désengagements de responsabilité

Les contenus dans ce document sont informatifs et destinés au grand public. Tous les textes, constituent aucunement une recommandation de traitement préventif ou curatif, ordonnance ou diagnostic ni ne doivent être considérés comme tels. L'information présentée dans ce document peut changer sans préavis et n'est présentée qu'à des fins d'information générale seulement, à ce titre, l'information ne représente pas un avis médical et ne vise pas à remplacer la consultation d'un professionnel qualifié ou à s'y substituer. Puisque cette information n'est pas présentée à des fins de diagnostic ou de traitement de problèmes de santé ou de questions relatives à la santé, InfoNaturel et ses filiales ainsi que Viesun Inc. n'assume aucune responsabilité quant à la fiabilité de cette information en rapport avec ces fins. Puisque l'état de santé varie d'un individu à l'autre, le Service de santé et de consultation, recommande que vous consultiez un professionnel qualifié au sujet de vos besoins et de vos questions en matière de santé.

Viesun inc., ses employés, dirigeants et administrateurs n'assument aucune responsabilité quant aux conséquences que pourrait avoir l'utilisation des renseignements utilisés ou service offert interne ou externe de l'information provenant de ce document.

En cas de malaise ou de maladie, consultez toujours un médecin ou un professionnel de la santé autorisé par le gouvernement canadien.



InfoNaturel.ca
La référence sur les médecines alternatives au Québec

Trouvez un professionnel de la santé naturelle.
On vous aide à choisir votre naturopathe.
Choisir une alimentation Biologique.
Produits naturels... **tout ce qu'il faut savoir !**

Visitez **www.infonaturel.ca**